

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan dan telah dianalisis menggunakan *software kinovea* maka penelliti mengambil kesimpulan sebagai berikut:

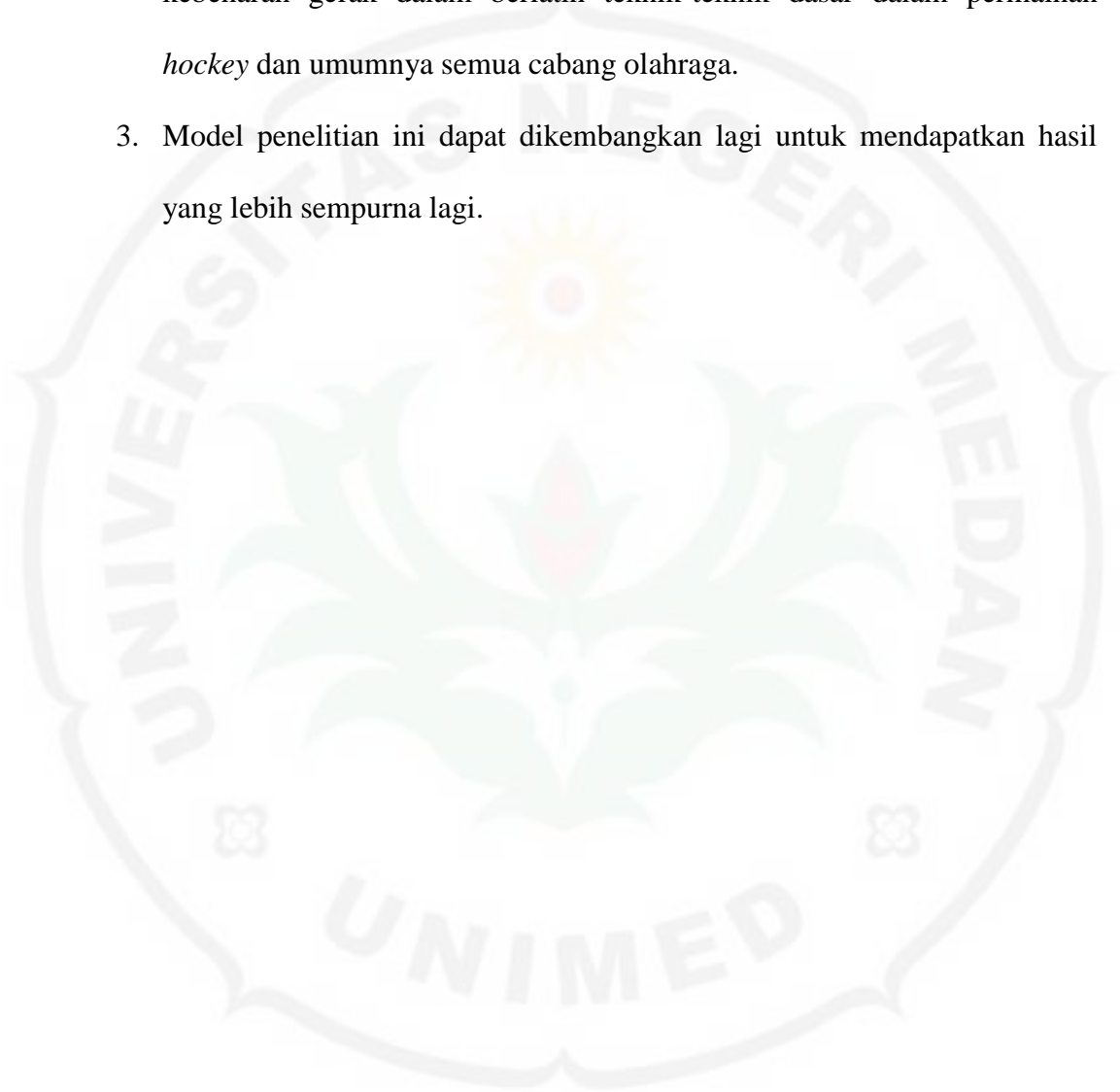
1. Untuk posisi awal perkenaan dengan bola sudah cukup bagus, namun pada saat posisi *Follow Through* masih banyak bagian-bagian dari yang sudah dianalisis untuk diperbaiki lagi.
2. Dengan teknik analisis *kinovea* dapat diketahui seberapa jauh kesempurnaan gerak yang telah dilakukan atlet.
3. Dengan adanya pembanding dapat melihat sudah seberapa besar kesempurnaan gerak yang dilakukan.

#### B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan serta kesimpulan yang telah dibuat maka didapatkan berbagai saran sebagai berikut:

1. Teknik analisis gerak yang dilakukan dapat diterapkan agar dapat memperbaiki kebenaran gerak dasar khususnya teknik-teknik dasar di dunia olahraga

2. Kepada para atlet dan pelatih untuk dapat menerapkan pendekatan kebenaran gerak dalam berlatih teknik-teknik dasar dalam permainan *hockey* dan umumnya semua cabang olahraga.
3. Model penelitian ini dapat dikembangkan lagi untuk mendapatkan hasil yang lebih sempurna lagi.



THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY